

kettlebell-au-feminin

Livre

Auteur(s) : Van Craenenbroeck, Daniel (Auteur)

Titre(s) : Kettlebell au féminin : une condition physique optimale et une silhouette harmonieuse / Daniel Van Craenenbroeck.

Editeur(s) : Paris : Amphora, 2016.

Autres : 1 vol. (256 p.) . illustrations en couleur . 26 x 20 cm

Résumé : Développer ses qualités athlétiques à l'aide de l'outil de renforcement musculaire : les mouvements détaillés et les programmes d'entraînement conseillés. Electre 2016.

Sujet(s) : Musculation pour femmes



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	613.71 VAN	Prêt normal	Sorti	Plérin
Documentaires	Documentaires	Sport	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Pennac
